

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Новооскольский дом детского творчества»**

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «30» августа 2022 г., протокол №1



**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор МАУДО  
Новооскольский ДДТ»  
О.А. Голядкина  
Приказ № 63 от «31» августа 2022 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа  
(модифицированная)  
«Туристская подготовка школьников»**

Направленность программы:  
туристско - краеведческая  
Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся – 11-14 лет  
Срок реализации программы - 2 года

Автор-составитель:  
Вакуленко Игорь Иванович,  
педагог дополнительного образования

**г. Новый Оскол, 2022 г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Формирование здорового образа жизни стало сегодня одной из приоритетных задач государства. Её выполнение тесно связано с приобщением детей и подростков к регулярным занятиям спортом, оздоровительным мероприятиям. Одним из видов спортивно-оздоровительной деятельности является спортивный туризм, который представляет собой эффективное средство физического оздоровления, воспитания и развития подростков. Поэтому за годы учёбы каждому учащемуся, независимо от его склонностей и увлечений необходимо получить определённую «порцию туризма».

Занятия туризмом способствуют приобретению ребятами необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, облегчают процессы самоутверждения, особенно остро протекающие в подростковом возрасте. Они обладают большим воспитательным потенциалом: способствуют становлению силы воли, трудолюбия, целеустремлённости, взаимовыручки, ответственности.

**Направленность дополнительной общеразвивающей программы - туристско-краеведческая.** Программа направлена на обучение детей и подростков спортивному туризму и предполагает овладение знаниями и умениями в различных областях: техника и тактика спортивных походов и туристских соревнований, топография и ориентирование, организация туристского быта, физиология и медицина, особенности организации питания, экология, краеведение, что создает условия для самоопределения школьников, формирования общей культуры.

**Новизна** опыта состоит в создании системы работы, основанной на использовании комбинации методов и приемов, позволяющих создать мотивационную базу для занятий туризмом и спортивным ориентированием в ходе разных видов деятельности, в использовании комбинации элементов следующих технологий: лично – ориентированной, коллективного взаимообучения, проблемно – развивающей, технологии сотрудничества, игрового обучения

**Актуальность.** Вся туристская работа, в большинстве своем, осуществляется в естественной природной среде, что особенно важно в условиях все возрастающей гиподинамии школьников с ее негативными последствиями для здоровья. Постоянное общение с природой, влияние ее естественных факторов - свежий воздух, вода и солнце, активное передвижение, радость неформального дружеского общения, дают возможность психологической разгрузки, снимают нервное напряжение, повышают положительный эмоциональный фон.

**Адресат программы** Данная программа рассчитана на два года обучения с учащимися 5-8 класса (11-14 лет).

**Форма обучения:** очная

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что при выполнении технико-тактических заданий вырабатываются коммуникативные навыки, гибкость и вариативность мышления, умения принимать верные решения в сложных условиях соревновательной деятельности.

**Цель программы** – создание условий для обучения, воспитания, развития и оздоровления детей в процессе занятий спортивным туризмом.

**Задачи:**

- формировать необходимый комплекс туристских знаний, умений и навыков для успешного применения на практике;
- совершенствовать физическое и интеллектуальное развитие школьников;
- укреплять здоровье, формировать здоровый образ жизни;
- воспитывать морально-волевых качества.

**Сроки реализации**

Данная программа предусмотрена для учащихся 5-8 классов сроком обучения два года в объеме 144 часа для первого года обучения (из расчёта 4 часа в неделю на одну группу) и 216 часов в год для второго года (из расчёта 6 часов в неделю на одну группу).

Занятия проводятся во второй половине дня. Количество учебных недель в году – 36.

Количество обучающихся учебной группе – 10-15 человек.

Программа предусматривает подготовку команд по двум возрастным группам и соответственно разделена на два этапа: предварительной подготовки – 1 год – 5-6 класс, 11-12 лет (команды младшего возраста); начальной специализации туристско-спортивной подготовки 2 год – 7-8 класс, 13-14 лет (команды среднего возраста).

**Первый год обучения – предварительной (базовой) подготовки.**

Содержание программного материала предусматривает ознакомление с основами туризма, ориентирования, краеведения; развитие умений преодолевать препятствия не требующие специального туристского снаряжения, препятствия по судейским перилам, а также укладывать рюкзак, разжигать костёр, ставить палатку, надевать страховочную систему, вязать узлы, оказывать первую медицинскую помощь, пользоваться простыми приёмами ориентирования, преодолевать простые препятствия. Занятия по данному курсу состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть, организованная в форме практико-ориентированных, тренировочных занятий.

***Планируемый результат***

По окончании базовой подготовки предусматривается участие в соревнованиях: личной и командной технике пешеходного туризма (ТПТ), контрольно – туристском маршруте (КТМ) на дистанциях 1-2 класса, спортивному ориентированию школьного и районного масштабов, а также

участие в однодневных и двухдневных тренировочных походах с организацией ночлега в полевых условиях.

**Второй год обучения – начальной специализации туристско-спортивной подготовки** предполагает обучение техническим видам личной и командной технике (ТПТ), контрольно – туристскому маршруту (КТМ), туристскому ориентированию. При этом учащиеся должны преодолевать этапы по судейским перилам с организацией сопровождения, организовывать страховку первого участника, преодолевать этапы с наведением и снятием командных перил (подъём, спуск, бревно). Занятия второго года обучения состоят из теоретической и преимущественно практической частей, в форме практико-ориентированных и тренировочных занятий, мастер-классов и походов.

### ***Планируемый результат***

#### ***Предметные:***

по окончании данной дополнительной общеразвивающей программы предусматривается участие в соревнованиях: на дистанциях 1-2 класса по туризму, спортивному ориентированию школьного и районного масштабов, а также участие в степенных туристических походах, выполнение разрядов.

#### ***Личностные:***

- применять туристско-краеведческие знания в процессе решения познавательных и практических задач, способствующих изучению родной страны, ее исторического и культурного наследия;
- формулировать на основе приобретенных знаний собственные суждения и аргументы по определенным проблемам;
- оценивать поведение людей с точки зрения социальных норм;
- соотносить объекты познания со своим жизненным опытом;
- определять основания и способы своих и чужих действий.

#### ***Метапредметные:***

- поиск социальной информации в различных источниках;
- овладение навыками в области медицины;
- развивать исследовательскую активность, нацеленную на изучение объектов живой и неживой природы и взаимосвязи между ними;
- оперировать и решать задачи различной степени сложности.

### **Способы определения результативности**

Мониторинг освоения программного материала предусмотрен в различных формах: тестирование (теоретические знания), участие в походах, в районных туристских соревнованиях (применение практических навыков и умений).

Главным критерием уровня теоретической и практической подготовки обучающихся является их соответствие программным требованиям.

Показатели соответствия теоретической и практической подготовки обучающихся определялись степенью освоения программных требований:

- высокий уровень – при успешном освоении более 80% содержания образовательной программы, подлежащей аттестации;

- средний уровень – при успешном освоении от 50% до 79% содержания образовательной программы, подлежащей аттестации;

- низкий уровень – при усвоении менее 50% содержания образовательной программы, подлежащей аттестации.

Результата аттестации фиксируется в протоколе.

**Формой подведения итогов реализации программы** является проведение итогового контрольного занятия.

Данная образовательная программа может быть адаптирована для детей с ОВЗ.

### Учебный план

№ п/п	Разделы программы	Количество часов	
		1 год	2 год
1	Туристические слёты и соревнования	8	12
2	Техника пешеходного туризма	24	54
3	Спортивное ориентирование	30	42
4	Краеведение	12	14
5.	Конкурсная программа	4	4
6.	Туристические навыки (быт)	2	6
7.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	6	6
8.	Общая и специальная физическая подготовка	18	18
9.	Контрольно-туристский маршрут (КТМ)	34	54
10.	Туристские походы	6	6
	Итого за год	144	216

**Учебно-тематический план туристского объединения  
«Юный турист»  
(первый год обучения)**

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	в том числе	
			Теория (час.)	Практик а (час.)
<b>1.</b>	<b>Туристические слёты и соревнования</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
1.1	Т/б и правила поведения на занятиях		2	-
1.2	Знакомство с положением о слёте и соревнованиях, условия проведения и подведение итогов.		2	
1.3	Личное снаряжение туриста		1	1
1.4	Групповое снаряжение туриста		1	1
<b>2.</b>	<b>Техника пешеходного туризма</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
2.1	Краткие сведения о личной ТПТ		2	-
2.2	Этапы без применения специального туристского снаряжения		-	10
2.3	Этапы с использованием специального туристского снаряжения		-	12
<b>3.</b>	<b>Спортивное ориентирование</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
3.1	Краткие сведения, правила соревнований по спортивному ориентированию, виды ориентирования.		2	
3.2	Топографическая подготовка		2	4
3.3	Техника ориентирования		-	10
3.4	Тактика ориентирования		-	10
3.5	Соревнования по спортивному ориентированию		-	2
<b>4.</b>	<b>Краеведение</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
4.1	Краеведение на турслётах и соревнованиях		2	-
4.2	Экскурсионное краеведение		2	8
<b>5.</b>	<b>Конкурсная программа</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
5.1	Краткие сведения о конкурсной программе		-	4
<b>6.</b>	<b>Туристические навыки (быт)</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
6.3	Организация туристского быта на слётах и соревнованиях		1	
6.4	Питание на слётах и соревнованиях		1	
<b>7.</b>	<b>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
7.1	Личная гигиена туриста, профилактика травматизма		2	-

7.2	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи		-	4
<b>8.</b>	<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	<b>18</b>	-	<b>18</b>
8.1	Общая физическая подготовка		-	8
8.2	Специальная физическая подготовка		-	10
<b>9.</b>	<b>Контрольно-туристский маршрут (КТМ)</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	<b>32</b>
9.1	Краткие сведения о КТМ		2	-
9.2	Этапы без применения специального туристского снаряжения		-	14
9.3	Этапы с использованием специального туристского снаряжения		-	18
<b>10.</b>	<b>Туристские походы</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
10.1	Распределение обязанностей в группе.		1	2
10.2	Организация личного и группового снаряжения в походе		1	2
	<b>Итого за период обучения</b>	<b>144</b>	<b>22</b>	<b>122</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Туристские слёты и соревнования

#### **1.1. Правила поведения туристов и техника безопасности на занятиях (в течение всего года)**

Соблюдение правил поведения - основа безопасности. Правила поведения и соблюдение техники безопасности на занятиях в учебном классе, в спортивном зале, на спортивной площадке, в парке, в лесу, на слётах и соревнованиях. Техника безопасности при проведении туристских походов. Охрана природы.

Соблюдение правил дорожного движения, поведения при переездах группы на транспорте, пожарной безопасности, поведения на воде, поведения в лесу на дистанциях соревнований.

Меры личной безопасности в нестандартных ситуациях. Требования по технике безопасности в работе с личным и групповым снаряжением.

#### **1.2. Значение школьных туристских слётов и соревнований**

Туристские слёты и соревнования – средство физического развития, оздоровления и закалывания. Беседа о спортивном туризме и о работе кружка. Постановка целей и задач на учебный год. Задачи туристских слетов и соревнований. Положение о слёте и соревнованиях, условия проведения и подведение итогов.

Знакомство детей с условиями проведения учебных занятий. Просмотр фото- и видеоматериалов о спортивном туризме. Прогулка в лес.

Зачётное участие в городском (районном) туристском слёте юных туристов-школьников.

### **1.3. Личное снаряжение туриста**

Понятие о личном снаряжении: для занятий туристской техникой, спортивным ориентированием, для подготовки и участия в одно-двухдневном походе. Правила эксплуатации и требования к нему.

### **1.4. Групповое снаряжение туриста**

Понятие о групповом снаряжении. Правила эксплуатации и требования к нему. Перечень командного снаряжения: верёвки, рюкзаки, палатка.

## **2. Техника пешеходного туризма**

### **2.1. Краткие сведения о виде соревнований «Техника пешеходного туризма»**

Условия проведения соревнований по командной и личной технике пешеходного туризма. Организация работы команды на дистанции. Распределение обязанностей между членами команды. Взаимодействие команды на дистанции, обязанности капитана и замыкающего участника, взаимопомощь при работе.

### **2.2. Этапы без применения специального туристского снаряжения**

Установка и снятие палатки; разжигание костра; переправа по веревке с перилами (параллельная переправа), наведенных судьями; подъем и спуск по склону по перилам, наведенных судьями; вязка узлов; маятник; преодоление заболоченного участка по кочкам; переправа по заранее уложенному бревну без самостраховки; оказание медицинской помощи.

### **2.3. Этапы с использованием специального туристского снаряжения**

Переправа по веревке с перилами (параллельная переправа), наведенных судьями; подъем и спуск по склону с самостраховкой по перилам, наведенных судьями; переправа по заранее уложенному бревну на самостраховке с использованием перил, наведенных судьями. Штрафы за совершенные ошибки на этапах.

## **3. Спортивное ориентирование**

### **3.1. Краткие сведения о спортивном ориентировании**

Ориентирование - средство физического развития, оздоровления, закалывания. Ориентирование в программе туристских соревнований. Снаряжение для занятий ориентированием: компас, планшет, одежда, обувь. Правила их эксплуатации и хранения.

### **3.2. Виды ориентирования, правила соревнований**

Ориентирование в заданном направлении, по выбору, на маркированной трассе. Правила соревнований. Права и обязанности участников.

### **3.3. Топографическая подготовка**

Понятие о топографической карте. Назначение топографической карты, её отличие от спортивной карты. Масштаб.

### **3.4. Техника ориентирования**



Понятие о технике ориентирования: приемы работы с компасом, измерение расстояния, движение по площадным и линейным ориентирам, преодоление препятствий.

### **3.5. Тактика ориентирования**

Понятие о тактике: выбор тактических приемов для прохождения конкретных участков дистанции. Взаимосвязь тактики и техники. Значение тактики для достижения результата. Тактические действия на соревнованиях.

### **3.6. Соревнования по спортивному ориентированию**

Положение о соревнованиях, условия проведения соревнований. Техническая информация. Стартовые параметры: номер, стартовая минута, местонахождение старта и финиша.

## **4. Краеведение**

### **4.1. Краеведение на туристских слётах**

Краеведение на городских (районных) слётах школьников. Краеведческие викторины.

### **4.2. Экскурсионное краеведение**

История, культура и природные особенности родного края. Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные, природные, заповедные, памятные места. Музеи. Требования к организации проведения экскурсии. Правила поведения во время проведения экскурсий.

## **5. Конкурсная программа**

### **5.1. Краткие сведения о конкурсной программе**

Условия проведения конкурсов: туристской песни, стенгазет, фотоматериалов, поделок из природного материала.

## **6. Туристские навыки (быт)**

### **6.1. Краткие сведения по туристским навыкам**

Условия проведения соревнований по туристским навыкам.

### **6.2. Организация туристского быта на туристских слётах и соревнованиях**

Выбор места для организации лагеря. Основные требования к месту. Туристское снаряжение для организации пребывания в походных условиях.

### **6.3. Питание на туристских слётах и соревнованиях**

Значение и организация правильного питания. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и хранение продуктов. Питьевой режим. Обязанности дежурных по кухне.

## **7. Основы гигиены и первая доврачебная помощь**

### **7.1. Личная гигиена туриста, профилактика травм на соревнованиях**

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений, ее значение и основные задачи. Гигиена обуви и одежды.

### **7.2. Походная медицинская аптечка**

Подготовка медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Перечень и назначение лекарственных препаратов.

### **7.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи**

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Тепловой и солнечный удары, ожоги. Помощь утопающему. Простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления.

## **8. Общая и специальная физическая подготовка**

### **8.1. Общая физическая подготовка**

Основная задача общей физической подготовки - развитие физических, моральных и волевых качеств туристов.

Всесторонняя физическая подготовка - основа для стабильного выступления на соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию, а также безаварийного прохождения маршрутов туристских походов.

Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные, индивидуальные занятия членов группы.

### **8.2. Специальная физическая подготовка**

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства юных туристов.

Место специальной физической подготовки на различных этапах процесса тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых спортсмену: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки.

## **9. Контрольно-туристский маршрут**

### **9.1. Краткие сведения о виде соревнований «Контрольно – туристский маршрут»**

Организация работы команды на технических этапах. Распределение обязанностей между членами команды. Взаимодействие команды на дистанции, обязанности лидера, капитана и замыкающего участника, взаимозаменяемость, взаимопомощь. Организация самостраховки на вертикальных перилах.

### **9.2. Этапы без применения специального туристского снаряжения**

Установка и снятие палатки; разжигание костра; переправа по веревке с перилами (параллельная переправа), наведенных судьями; подъем и спуск по склону по перилам, наведенных судьями; вязка узлов; маятник; преодоление заболоченного участка по кочкам; переправа по заранее уложенному бревну без самостраховки; оказание первой доврачебной помощи, этапы практического краеведения.

### **9.3. Этапы с использованием специального туристского снаряжения**

Переправа по веревке с перилами (параллельная переправа), наведенных судьями; подъем и спуск по склону с самостраховкой по перилам,

наведенных судьями; траверс на самостраховке; переправа по заранее уложенному бревну на самостраховке с использованием перил, наведенных судьями.

## 10. Туристские походы

### 10.1. Краткие сведения о туристских походах

Туристский поход - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков.

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Снаряжение для одно-двухдневного похода: перечень личного снаряжения, требования к нему; типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки; правила размещения предметов в рюкзаке; одежда и обувь для летнего похода.

### 10.2. Организация туристского быта

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

### 10.3. Подведение итогов похода

Обсуждение итогов похода. Составление отчета о походе, экскурсии и мероприятия.

## Учебно-тематический план туристского объединения «Юный турист» (второй год обучения)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	в том числе	
			Теория (час.)	Практика (час.)
<b>1.</b>	<b>Туристические слёты и соревнования</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
1.1	Т/б и правила поведения на занятиях	2	1	1
1.2	Значение школьных турслётов и соревнований	1	1	-
1.3	Участие в турслётах и соревнованиях	2	-	2
1.4	Личное снаряжение туриста	3	1	2
1.5	Групповое снаряжение туриста	4	1	3
<b>2.</b>	<b>Личная техника пешеходного туризма</b>	<b>28</b>	<b>1</b>	<b>27</b>
2.1	Краткие сведения о личной ТПТ	1	1	-
2.2	Этапы без применения специального туристского снаряжения	11	-	11

2.3	Этапы с использованием специального туристского снаряжения	16	-	16
<b>3.</b>	<b>Контрольно-туристский маршрут (КТМ)</b>	<b>54</b>	<b>1</b>	<b>53</b>
3.1	Краткие сведения о КТМ	1	1	-
3.2	Этапы без применения специального туристского снаряжения	14	-	14
3.3	Этапы с использованием специального туристского снаряжения	16	-	16
3.4	Этапы с организацией сопровождения, страховки, с наведением перил	23	-	23
<b>4.</b>	<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>
4.1	Общая физическая подготовка	7	-	7
4.2	Специальная физическая подготовка	11	-	11
<b>5.</b>	<b>Спортивное ориентирование</b>	<b>42</b>	<b>15</b>	<b>27</b>
5.1	Краткие сведения, правила по спортивному ориентированию	2	2	-
5.2	Условные знаки спортивных карт	10	8	2
5.3	Техника ориентирования	10	2	8
5.4	Тактика ориентирования	10	2	8
5.5	Соревнования по спортивному ориентированию	10	1	9
<b>6.</b>	<b>Краеведение</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
6.1	Краеведение на турслётах и соревнованиях	4	1	3
6.2	Экскурсионное краеведение	10	1	9
<b>7.</b>	<b>Конкурсная программа</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
<b>8.</b>	<b>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
8.1	Личная гигиена туриста, профилактика травматизма	1	1	-
8.2	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи	5	1	4
<b>9.</b>	<b>Командная техника пешеходного туризма</b>	<b>26</b>	<b>1</b>	<b>25</b>
9.1	Краткие сведения о командной ТПТ	1	1	-
9.2	Этапы без применения специального туристского снаряжения	11	-	11
9.3	Этапы с использованием специального туристского снаряжения	14	-	14

<b>10.</b>	<b>Туристские навыки (быт)</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
10.1	Организация быта на турслётах и соревнованиях	3	1	2
10.2	Питание на турслётах и соревнованиях	3	1	2
<b>11.</b>	<b>Туристские походы</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
11.1	Подготовка к походу	2	1	-
11.2	Организация быта в походе	4	1	4
<b>Итого за период обучения</b>		<b>216</b>	<b>30</b>	<b>186</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Туристские слёты и соревнования (12 часов)

#### **1.1. Техника безопасности и правила поведения туристов на занятиях**

*(в течение всего года)*

Техника безопасности при проведении туристских занятий и соревнований. Основы безопасности при проведении занятий в спортивном зале, на местности по туризму, спортивному ориентированию, при проведении многодневного туристского слёта, похода. Меры личной безопасности в различных ситуациях. Требования по технике безопасности в работе с личным и групповым снаряжением.

#### **1.2. Значение школьных туристских слётов и соревнований**

Итоги участия в туристских слётах и соревнованиях. Постановка целей и задач на учебный год. Положение о слете и соревнованиях, условия проведения и подведение итогов. Задачи туристских слетов и соревнований.

Знакомство детей с условиями проведения учебных занятий на новый учебный год. Просмотр фото и видеоматериалов о спортивном туризме. Зачетное участие в городском (районном), областном туристском слёте юных туристов-школьников.

#### **1.3. Участие в туристских слётах и соревнованиях**

Участие в соревнованиях школьного и городского (районного) масштабов на личных, лично-командных и командных дистанциях.

Подготовка и участие в конкурсных программах: конкурсе краеведов, стенгазет, фотографий, художественной самодеятельности, туристской песни, конкурсе туристских самоделок.

Подведение итогов и награждение победителей.

#### **1.4. Личное снаряжение туриста**

Понятие о личном снаряжении. Специальное туристское снаряжение. Перечень личного снаряжения для участника. Хранение и использование личного снаряжения.

**1.5. Групповое снаряжение туриста** Правила эксплуатации и требования к групповому снаряжению. Перечень командного снаряжения: верёвки, рюкзаки, палатка, хозяйственный набор. Хранение и использование группового снаряжения.

## **2. Личная техника пешеходного туризма(28 часов)**

### **2.1. Краткие сведения о виде соревнований «Личная техника пешеходного туризма»**

Естественные и искусственные препятствия. Освоение техники прохождения (преодоления) различных этапов. Технические этапы дистанций 2-го класса: характеристика и параметры этапов, способы их прохождения. Учёт индивидуальных особенностей занимающихся для выработки более рациональной техники преодоления этапов. Оборудование дистанции. Разметка дистанции, этапов. Границы этапов, контрольные линии.

### **2.2. Этапы без применения специального туристского снаряжения**

Отработка умений и навыков на этапах: подъем по склону с альпенштоком, спуск с альпенштоком, подъем – траверс - спуск с альпенштоком; маятник; гать.

Изучение техники вязки узлов: «двойной проводник», «шкотовый», «стремля», «схватывающий». Спортивное и прикладное значение узлов.

### **2.3. Этапы с использованием специального туристского снаряжения**

Отработка умений и навыков на этапах: переправа по веревке с перилами (параллельная переправа) с самостраховкой; навесная переправа; подъем и спуск по склону с самостраховкой по перилам, наведенных судьями; траверс; подъем - траверс - спуск с самостраховкой по перилам, наведенных судьями; переправа по заранее уложенному бревну на самостраховке с использованием перил, наведенных судьями; переправа через реку вброд по веревке на самостраховке.

## **3. Командная техника пешеходного туризма (ТПТ) (26 часов)**

### **3.1. Краткие сведения о виде соревнований «Командная техника пешеходного туризма»**

Организация работы команды на технических этапах дистанций 1-го, 2-го классов по технике пешеходного туризма. Тактика личного прохождения различных этапов в команде, в связке. Тактика сквозного прохождения дистанций и работы всей команды на всех этапах. Распределение обязанностей между членами команды.

### **3.2. Этапы без применения специального туристского снаряжения**

Знакомство с приемами разработки тактических схем преодоления технических этапов, применения различных специальных средств (снаряжения) на этапах. Имитационные упражнения для освоения и совершенствования техники прохождения различных технических этапов по различным тактическим схемам.

Штрафы за совершенные ошибки на этапах.

### **3.3. Этапы с использованием специального туристского снаряжения**

Отработка умений и навыков на этапах: организация сопровождения и переправа по веревке с перилами (параллельная переправа) и навесной переправе, наведенных судьями; подъем – траверс – спуск с самостраховкой по перилам, наведенных судьями; организация сопровождения и переправа по заранее уложенному бревну на самостраховке с использованием перил, наведенных судьями; переправа через реку вброд по перилам, наведенных судьями.

## **4. Спортивное ориентирование (42 часа)**

### **4.1. Краткие сведения, правила по спортивному ориентированию**

Ориентирование по выбору (туристское). Условия. Правила соревнований ориентирования по выбору. Контрольное время. Стоимость КП. Подведение результата.

Права и обязанности участников.

### **4.2. Условные знаки спортивных карт**

Виды условных знаков. Масштабные, внемасштабные, линейные, площадные знаки. Группы условных знаков: населенные пункты, гидрография, дороги, растительный покров. Рельеф, виды горизонталей, высота сечения. Изображения различных форм рельефа (гора, вершина, хребет, лощина).

### **4.3. Техника ориентирования**

Компас, типы компасов, устройство, правила обращения с компасом. Чтение карты, определение азимута движения по карте, движение по азимуту, измерение расстояния по карте, измерение расстояния на местности, определение сторон горизонта, прямая и обратная засечка, техника бега, техника «взятия» КП, техника подхода и ухода с КП, отметка на КП.

### **4.4. Тактика туристского ориентирования**

Понятие о тактике: выбор тактических приемов для прохождения конкретных участков дистанции. Тактические командные действия на соревнованиях. Выбор рационального пути для нахождения КП. Действие участника на последних минутах контрольного времени. Подсчет результата участника с учетом превышения контрольного времени.

### **4.5. Соревнования по спортивному ориентированию**

Положение о соревнованиях, условия проведения соревнований.

Техническая информация. Стартовые параметры: номер, стартовая минута, местонахождение старта и финиша.

## **5. Краеведение (14 часов)**

**5.1. Краеведение на туристских слётах** Краеведение на городских (районных) слётах школьников. Краеведческие викторины.

**5.2. Экскурсионное краеведение** Туристские возможности родного края. Территория и границы. Рельеф, растительность, реки. Охрана природы.

Климат, его влияние на возможности занятий туризмом. История края, памятные события, знаменитые земляки.

## **6. Конкурсная программа (4 часа)**

### **6.1. Краткие сведения о конкурсной программе**

Условия проведения конкурсов: туристской песни, стенгазет, фотоматериалов, поделок из природного материала.

## **7. Туристские навыки (быт) (6 часов)**

### **7.1. Организация быта на туристских слётах и соревнованиях**

Выбор места для установки лагеря. Основные требования к месту туристского лагеря. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

## **8. Основы гигиены и первая доврачебная помощь**

### **8.1. Личная гигиена туриста, профилактика травматизма на соревнованиях**

Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания на занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания.

### **8.2. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи**

Оказание помощи при травмах. Способы иммобилизации пострадавшего. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран при кровотечениях. Оказание помощи при тепловом и солнечном ударе, ожогах; при простудных заболеваниях; при укусах насекомых и пресмыкающихся; при пищевых отравлениях.

### **8.3. Приемы транспортировки пострадавшего**

Переноска пострадавшего при травмах различной локализации. Организация транспортировки и переноска пострадавшего в зависимости от характера и места получения травмы, его состояния, количества участников, оказывающих помощь.

## **9. Общая и специальная физическая подготовка**

### **9.1. Общая физическая подготовка**

#### *Легкая атлетика*

Бег 60 м, 300 м, 500 м, 1000 м; бег на длинные дистанции: девочки 2000 м, мальчики 2000 м; бег по пересеченной местности (кросс) до 2,5-5 км с преодолением естественных и искусственных препятствий.

#### *Подвижные игры и спортивные игры*

Баскетбол, футбол, русская лапта, пионербол, эстафеты.

#### *Лыжный спорт*



Изучение попеременного и одновременного способов ходьбы на лыжах, изучение техники поворотов на месте и в движении, прохождение на лыжах дистанции 1500 м, 3000 м на время, катание с гор, спуски и подъемы на склонах различной крутизны, повороты и торможение во время спусков. «Ложные» падения.

## **9.2. Специальная физическая подготовка**

### *Упражнения на развитие выносливости*

Бег в равномерном темпе по равнинной и пересеченной местности на дистанции от 2,5 до 5 км. Бег «в гору». Ходьба на лыжах на дистанции от 3 до 5 км. Марш-броски и туристские походы (однодневные и многодневные). Плавание различными способами на дистанции до 300 м. Бег, с изменением скорости, темпа и продолжительности бега в различных условиях местности. Бег по дистанции «Техника пешеходного туризма» в среднем темпе до 300м, с преодолением не менее 5 технических этапов.

### *Упражнения на развитие быстроты*

Бег на скорость на дистанции 30 м, 60 м. Бег с внезапной сменой направлений, с внезапными остановками. Бег с переменной скоростью и повторный бег. Быстрое приседание и вставание. Прыжки через препятствия. Лазание по канату на скорость.

Преодоление этапа «Параллельная переправа» (15-20 метров) с максимальной скоростью с интервалами отдыха, по 4-6 раз. Преодоление этапа «Подъем» (20 м) по 4-6 раз.

### *Упражнения для развития ловкости*

Упражнения на гимнастических снарядах, требующие сложной координации движений. Упражнения, выполняемые на гимнастическом бревне: ходьба, повороты, перешагивания и.т.д. Элементы акробатики: кувырки, перекаты, перевороты. Переправа по бревну через канаву; переправа по качающемуся бревну. Расхождение двух участников на одном бревне.

Командное прохождение этапов «Параллельная переправа», «Гать», «Кочки».

### *Упражнения для развития силы*

Упражнения на перекладине: подтягивание на высокой перекладине из виса - мальчики, подтягивание на низкой перекладине из виса лёжа - девочки. Брусья: сгибание, разгибание рук в упоре. Упражнения для мышц брюшного пресса. Сгибание и разгибание рук в упорах стоя, лёжа. Приседание на одной и двух ногах с опорой рук. Упражнения с отягощениями. Перетягивание каната.

Подтягивание, поднятие ног из положения виса на натянутых верёвочных перилах. Конкурсы на натянутых верёвочных перилах: «Кто самый сильный?», «Рукоход», «Переправы без снаряжения».

## **10. Контрольно-туристский маршрут**

### **10.1. Краткие сведения о виде соревнований «Контрольно – туристский маршрут»**

Организация работы команды на технических этапах дистанций 1-го, 2-го классов на дистанциях контрольно-туристского маршрута. Тактика индивидуального прохождения различных этапов в команде. Тактика работы всей команды на отдельных этапах. Распределение обязанностей между членами команды.

### **10.2. Этапы без применения специального туристского снаряжения**

Отработка умений и навыков на этапах: установка и снятие палатки; разжигание костра; переправа по веревке с перилами (параллельная переправа), наведенных судьями; подъем и спуск по склону по перилам, наведенных судьями; вязка узлов; маятник; преодоление заболоченного участка по кочкам.

### **10.3. Этапы с использованием специального туристского снаряжения**

Отработка умений и навыков на этапах: переправа по веревке с перилами (параллельная переправа), навесная переправа, наведенных судьями; подъем и спуск по склону с самостраховкой по перилам, наведенных судьями; траверс на самостраховке; подъем – траверс – спуск с самостраховкой по перилам, наведенных судьями; переправа через реку вброд по веревке.

### **10.4. Этапы с организацией сопровождения, страховки, с наведением перил**

Организация командной страховки (способы страховки: верхняя, нижняя и пр.). Понятия «страхующий» и «страхуемый». Крепление вертикальных перил на подъеме и спуске. Подготовка перил для снятия (сдергивания) с целевого берега. Организация самостраховки на вертикальных перилах.

**Штрафы за совершенные ошибки на этапах.**

## **11. Туристские походы**

### **11.1. Подготовка к походу**

Туристский поход - средство познания своего края, физического и духовного развития.

Определение цели и района похода. Самостоятельное распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута.

**11.2. Организация быта в походе** Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

### **11.3. Подведение итогов похода**

Обсуждение итогов похода. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий.

## Методическое обеспечение программы

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание учебного курса, предполагают наличие следующего оборудования:

- наглядные пособия: компасы, туристическое снаряжение (личное, групповое), карточки с топографическими знаками, карты местности, веревка для отработки навыков вязки туристских узлов;

- учебно-практическое оборудование: веревка основная, веревка вспомогательная, рукавицы для страховки, карабины, аптечка медицинская, компас, планшет для ориентирования, костровое оборудование, спальники, палатки туристические, коврики, рюкзаки, жумары;

- технические средства обучения: компьютер, мультимедийное оборудование, экран;

- спортивное оборудование: баскетбольная площадка, футбольное поле, беговые дорожки, лыжи, мячи, маты

При проведении занятий рекомендуется применять методы, направленные:

- на приобретение специальных знаний (показ, идеомоторная тренировка, демонстрация);

- на овладение двигательными умениями и навыками (метод расчленённого и целостного упражнения);

- на совершенствование двигательных навыков и развитие физических качеств (равномерный, повторный, игровой, соревновательный), а также объяснительно-иллюстрационный, репродуктивный, частично-поисковый, проблемный.

*Методы обучения* (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский проблемный; игровой, дискуссионный, проектный и др.) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.).

*Формы организации образовательного процесса* : индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая, категории обучающихся (основная группа здоровья)

*Формы организации учебного занятия* - беседа, встреча с интересными людьми, выставка, игра, конкурс, конференция, круглый стол, лекция, мастер-класс, наблюдение, поход, праздник, практическое занятие, семинар, соревнование, турнир, экскурсия, эстафета.

*Педагогические технологии* - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология модульного обучения, технология блочно-модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология игровой деятельности,

коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности.

*Алгоритм учебного занятия:*

I. Организационный момент.

II. Сообщение темы и цели занятия.

III. Практическая работа.

IV. Подведение итогов.

V. Рефлексия.

*Дидактические материалы* – дискография, иллюстрации, тестовые задания, карточки, топографические карты, карты-схемы, перфокарты.

### **Материально-техническое обеспечение программы**

1. Веревка основная (50 м)	2 шт.
2. Веревка основная (40 м)	2 шт.
3. Веревка основная (25 м)	1 шт.
4. Веревка вспомогательная (60 м)	1 шт.
5. Петли прусика (веревка 6 мм)	10 шт.
6. Система страховочная (грудная обвязка, беседка)	8 шт.
7. Рукавицы для страховки и сопровождения	8 пар.
8. Карабины с закручивающейся муфтой	10 шт.
9. Карабины с полуавтоматически закручивающейся муфтой	8 шт.
10. Карабины с автоматически закручивающейся муфтой	20 шт.
11. Устройство для спуска по вертикальным перилам типа «лепесток»,	
12. «восьмерка», «рамка»	8 шт.
13. Аптечка медицинская в упаковке	1 шт.
14. Накидка от дождя	1 шт.
15. Компас жидкостный для ориентирования	15 шт.
16. Лыжи	15 пар.
17. Лыжные палки	15 пар.
18. Лыжные ботинки	15 пар.
19. Мази лыжные	15 шт.
20. Планшеты для зимнего ориентирования	6 шт.
21. Секундомер электронный	2 шт.
22. Костровое оборудование	1 шт.
23. Каны (котлы) туристские	2 компл.
24. Спальники	15 шт.
25. Палатки туристские походные	5 шт.
26. Коврики	10 шт.
27. Рюкзаки	10 шт.

- |                     |       |
|---------------------|-------|
| 28. Топор походный  | 2 шт. |
| 29. Тент            | 2 шт. |
| 30. Ремонтный набор | 1 шт. |

**Информационное обеспечение** – мультимедийные презентации, электронные образовательные ресурсы, фото и видеоматериалы.

Для успешной реализации программы, как при подготовке педагога, так и при проведении занятий могут быть использованы следующие информационные ресурсы: видеоматериалы, материалы печатных СМИ, интернет-источники.

Важным информационным ресурсом может являться официальный сайт образовательной организации, а также группы в социальных сетях, отражающие наиболее значимые моменты учебной деятельности и её результаты.

## Список литературы

1. *Алешин В.М.* Карта в спортивном ориентировании. - М.: ФиС, 1983
2. *Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н.* Пешеходный туризм: Туризм и спортивное ориентирование. М. 2001.
3. *Константинов Ю. С., Куликов В. М.* Педагогика школьного туризма: Учебно-метод. пособие. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
4. *Константинов Ю. С.* Программа для системы дополнительного образования «Юные судьи туристских соревнований»: - М.: ЦДЮТур, 1999.
5. *Михайлов Б. А., Федотова А. А., Федотов Ю. Н.* Физическая подготовка туристов: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1985.
6. *Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей /Сост. Ю. С. Константинов.* - М.: ЦДЮТур РФ, 1995.
7. *Спортивный туризм: Учеб. пособие /Под ред. С. П. Евсеева, Ю. Н. Федотова.* - СПб.: СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1999.

## Интернет-ресурсы для педагога:

1. <http://www.edu.ru>– Федеральный портал «Российское образование»;
2. <http://dopedu.ru>– информационный портал системы дополнительного образования;
3. <http://nsportal.ru/cvrmagdagachi/v-pomoshch-pedagogam-dopolnitelnogo-obrazovaniya>- в помощь педагогам дополнительного образования;
4. <http://www.vipress.ru>- журнал Дополнительное образование;
5. <http://pdo-online.ru> – портал для педагогов дополнительного образования;  
<http://dop-obrazovanie.com>– сайт о дополнительном образовании

**Календарный учебный график дополнительной общеразвивающей программы  
«Туристская подготовка школьников»**

**2022-2023 учебный год**

№ п/п	месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>Туристические слёты и соревнования (12 часов)</b>								
1.	<b>09</b>	<b>02</b>	Согласно расписанию	лекция	<b>2</b>	Т/безопасности и правила поведения на занятиях.	кабинет	беседа
2.	<b>09</b>	<b>03</b>	Согласно расписанию	Лекция с элементами беседы	<b>2</b>	Итоги участия в туристических слётах и соревнованиях. Постановка целей и задач на учебный год	кабинет	опрос
3.	<b>09</b>	<b>07</b>	Согласно расписанию	Лекция с элементами беседы	<b>2</b>	Знакомство с положением о слёте и соревнованиях, условия проведения и подведение итогов.	кабинет	анализ занятия
4.	<b>09</b>	<b>9</b>	Согласно расписанию	Учебно тренировочное занятие	<b>2</b>	Личное снаряжение туриста	кабинет	опрос
5.	<b>09</b>	<b>10</b>	Согласно расписанию	лекция	<b>2</b>	Групповое снаряжение туриста	кабинет	беседа
6.	<b>09</b>	<b>14</b>	Согласно расписанию	Лекция с элементами беседы	<b>2</b>	Групповое снаряжение туриста	кабинет	анализ занятия
<b>Личная техника пешеходного туризма. (28 часов)</b>								
7.	<b>09</b>	<b>16</b>	Согласно расписанию	Лекция с элементами беседы	<b>2</b>	Узлы для связывания концов верёвки.	кабинет	наблюдение
8.	<b>09</b>	<b>17</b>	Согласно расписанию	Учебно тренировочное занятие	<b>2</b>	Узлы для связывания концов верёвки.	кабинет	анализ занятия
9.	<b>09</b>	<b>21</b>	Согласно расписанию	Учебно тренировочное занятие	<b>2</b>	Узлы для присоединения верёвки к опоре.	кабинет	анализ занятия
10.	<b>09</b>	<b>22</b>	Согласно расписанию	Учебно тренировочное занятие	<b>2</b>	Узлы для присоединения верёвки к опоре.	кабинет	анализ занятия
11.	<b>09</b>	<b>23</b>	Согласно расписанию	Учебно тренировочное занятие	<b>2</b>	Схватывающие узлы.	кабинет	наблюдение
12.	<b>09</b>	<b>28</b>	Согласно расписанию	Учебно тренировочное занятие	<b>2</b>	Схватывающие узлы.	спортивная площадка	наблюдение
13.	<b>10</b>	<b>30</b>	Согласно	Практическая	<b>2</b>	Оборудование этапов,	спортивная	анализ

			расписанию	тренировка		разметка дистанции.	площадка	занятия
14.	10	01	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Переправа через реку вброд по верёвке на самостраховке.	спортивная площадка	анализ занятия
15.	10	05	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Переправа через реку вброд по верёвке на самостраховке.	спортивная площадка	анализ занятия
16.	10	7	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Переправа по бревну на самостраховке.	спортивная площадка	наблюдение
17.	10	8	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Переправа по бревну на самостраховке.	спортивная площадка	анализ занятия
18.	10	12	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Имитационные упражнения прохождения различных технических этапов.	спортивная площадка	анализ занятия
19.	10	14	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Имитационные упражнения прохождения различных технических этапов.	спортивная площадка	анализ занятия
20.	10	15	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Отработка умений и навыков на этапах: гать, вязка узлов, оказание первой медпомощи.	спортивная площадка	контрольное занятие

**Контрольно-туристский маршрут (КТМ) (24 часа)**

21.	10	19	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Установка и снятие палатки.	спортивная площадка	анализ занятия
22.	10	21	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Переправа по верёвке с перилами без самонаведения.	спортивная площадка	анализ занятия
23.	10	22	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Переправа по верёвке с перилами без самонаведения.	спортивная площадка	анализ занятия
24.	10	26	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Подъём и спуск по склону без самонаведения перил.	спортивная площадка	анализ занятия
25.	10	28	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Подъём и спуск по склону без самонаведения перил.	спортивная площадка	анализ занятия
26.	10	29	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Маятник	спортивная площадка	анализ занятия
27.	11	02	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Преодоление заболоченного участка по кочкам. Гать.	спортивная площадка	анализ занятия
28.	11	05	Согласно	Учебно	2	Навесная переправа.	спортивная площадка	анализ



			расписанию	тренировочны е занятие		Порядок пристёжки- отстёжки	площадка	занятия
29	11	09	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Навесная переправа.	спортивная площадка	анализ занятия
30	11	11	Согласно расписанию	Учебно тренировочны е занятие	2	Навесная переправа.	спортивная площадка	анализ занятия
31	11	12	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Траверс склона на самостраховке.	спортивная площадка	анализ занятия
32	11	16	Согласно расписанию	Учебно тренировочны е занятие	2	Подъём по склону с организацией командной страховки.	спортивная площадка	контрольное занятие

**Общая и специальная физическая подготовка. (12 часов)**

33	11	18	Согласно расписанию	Учебно тренировочны е занятие	2	Бег на длинные дистанции, русская лапта.	спортивная площадка	анализ занятия
34	11	19	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Кросс с преодолением естественных препятствий, силовая подготовка.	спортивная площадка	анализ занятия
35	11	23	Согласно расписанию	Учебно тренировочны е занятие	2	Преодоление этапа «Параллельная переправа» с максимальной скоростью по 4-6 раз	спортивная площадка	анализ занятия
36	11	25	Согласно расписанию	Учебно тренировочны е занятие	2	Преодоление этапа «Подъём» с максимальной скоростью по 4-6 раз	спортивная площадка	анализ занятия
37	11	26	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Бег по дистанции с преодолением технических этапов.	спортивная площадка	анализ занятия
38	11	30	Согласно расписанию	Учебно тренировочны е занятие	2	Бег по дистанции с преодолением технических этапов.	спортивная площадка	контрольное занятие

**Спортивное ориентирование (24 часа)**

39	12	02	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Краткие сведения, правила по спортивному ориентированию.	кабинет	наблюдение
40	12	03	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Виды и группы условных знаков.	кабинет	анализ занятия
41	12	07	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Виды и группы условных знаков.	кабинет	анализ занятия
42	12	09	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Топографический диктант	кабинет	зачет
43	12	10	Согласно	Практическая	2	Изучение на местности	кабинет	анализ

			расписанию	тренировка		изображения реальных объектов.		занятия
44	12	14	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Знакомство с различными формами рельефа.	кабинет	анализ занятия
45	12	16	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Чтение карты, измерение расстояния по карте.	кабинет	анализ занятия
46	12	17	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Ориентирование карты по компасу.	спортивная площадка	наблюдение
47	12	21	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Ориентирование в заданном направлении.	спортивная площадка	наблюдение
48	12	23	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Ориентирование в заданном направлении	спортивная площадка	наблюдение
49	12	24	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Ориентирование в заданном направлении	спортивная площадка	наблюдение
50	12	28	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Ориентирование в заданном направлении  <i>Промежуточная аттестация</i>	кабинет, спортивная площадка	Контрольное занятие, тестирование

**Краеведение. (14 часов)**

51	01	11	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Территория и границы области. Административно-территориальное деление	кабинет	опрос
52	01	13	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Наш край в глубокой древности.	кабинет	беседа
53	01	14	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Образование белгородской оборонительной черты.	кабинет	беседа
54	01	18	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Образование Белгородской губернии.	кабинет	беседа
55	01	20	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Белгородчина в годы гражданской войны.	кабинет	беседа
56	01	21	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Великая Отечественная война.	кабинет	беседа
57	01	25	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Наши знаменитые земляки.	кабинет	беседа

**Конкурсная программа (4 часа)**

58	01	27	Согласно	беседа	2	Подготовка к участию	кабинет	наблюдение
----	----	----	----------	--------	---	----------------------	---------	------------

			расписанию			в конкурсе художественной самодеятельности.		
59	01	28	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Подготовка к участию в конкурсе художественной самодеятельности.	кабинет	контрольное занятие

**Основы гигиены и первая доврачебная помощь. (6 часов)**

60	02	01	Согласно расписанию	беседа	2	Первая медпомощь при переломах конечностей.	кабинет	беседа
61	02	03	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Остановка кровотечений. Наложение повязок.	кабинет	опрос
62	02	04	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Первая медпомощь при укусах ядовитых змей и насекомых. Транспортировка пострадавшего.	кабинет	контрольное занятие

**Общая и специальная физическая подготовка. (6 часов)**

63	02	08	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Изучение попеременного и одновременного лыжных ходов.	спортивная площадка	анализ занятия
64	02	10	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Изучение попеременного и одновременного лыжных ходов	спортивная площадка	анализ занятия
65	02	11	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Ходьба на лыжах до 5 км.	спортивная площадка	анализ занятия

**Командная техника пешеходного туризма (26 часов)**

66	02	15	Согласно расписанию	Беседа	2	Краткие сведения о виде соревнований «Командная техника пешеходного туризма»	кабинет	наблюдение
67	02	17	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Организация сопровождения на переправе по верёвке с перилами. Движение первого участника	спортивная площадка	наблюдение
68	02	18	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Организация сопровождения на переправе по верёвке с перилами.	спортивная площадка	наблюдение
69	02	22	Согласно	Учебно	2	Организация	спортивная	

			расписанию	тренировочные занятия		сопровождения на переправе по верёвке с перилами.	площадка	
70	02	24	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Преодоление этапа подъём-траверс-спуск (ПТС) с самостраховкой. Движение первого участника	спортивная площадка	наблюдение
71	02	25	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Преодоление этапа подъём-траверс-спуск (ПТС) с самостраховкой.	спортивная площадка	
72	03	1	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Преодоление этапа подъём-траверс-спуск (ПТС) с самостраховкой.	спортивная площадка	наблюдение
73	03	3	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Организация сопровождения и переправа по бревну на самостраховке. Движение первого участника.	спортивная площадка	
74	03	04	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Организация сопровождения и переправа по бревну на самостраховке.	спортивная площадка	наблюдение
75	03	10	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Организация сопровождения и переправа по бревну на самостраховке.	спортивная площадка	
76	03	11	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Переправа через реку вброд по перилам, наведёнными судьями. Движение первого участника	спортивная площадка	наблюдение
77	03	15	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Переправа через реку вброд по перилам, наведёнными судьями.	спортивная площадка	наблюдение
78	03	17	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Переправа через реку вброд по перилам, наведёнными судьями.	спортивная площадка	Контрольное занятие
<b>Спортивное ориентирование (18 часов)</b>								
79	03	18	Согласно расписанию	беседа	2	Ориентирование карты и компаса.	спортивная площадка	опрос
80	03	22	Согласно	Учебно	2	Ориентирование в	спортивная	наблюдение

			расписанию	тренировочные занятия		заданном направлении.	площадка	
81	03	24	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Ориентирование в заданном направлении.	спортивная площадка	анализ занятия
82	03	25	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Ориентирование по выбору.	спортивная площадка	наблюдение
83	03	29	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Ориентирование по «белой карте»	спортивная площадка	анализ занятия
84	03	31	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Ориентирование по азимуту.	спортивная площадка	наблюдение
85	04	01	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Ориентирование по азимуту	спортивная площадка	анализ занятия
86	04	05	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Ориентирование на маркированной трассе.	спортивная площадка	наблюдение
87	04	07	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Ориентирование на маркированной трассе.	спортивная площадка	анализ занятия

**Туристские навыки (быт) (6 часов)**

88	04	08	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Установка палаток.	спортивная площадка	наблюдение
89	04	12	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Разжигание костра. Типы костров.	спортивная площадка	анализ занятия
90	04	14	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Фасовка, упаковка и хранение продуктов.	спортивная площадка	анализ занятия

**Контрольно-туристский маршрут (КТМ) (30 часов)**

91	04	15	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Переправа по бревну с самостраховкой с наведением перил. Движение первого участника.	спортивная площадка	анализ занятия
92	04	19	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Переправа по бревну с самостраховкой с наведением перил.	спортивная площадка	анализ занятия
93	04	21	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Переправа по бревну с самостраховкой с	спортивная площадка	анализ занятия

						наведением перил.	площадка	
94	04	22	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Спуск с самостраховкой с наведением перил.	спортивная площадка	анализ занятия
95	04	26	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Спуск с самостраховкой с наведением перил.	спортивная площадка	анализ занятия
96	04	28	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Подъём с самостраховкой с наведением перил.	спортивная площадка	анализ занятия
97	04	29	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Подъём с самостраховкой с наведением перил.	спортивная площадка	анализ занятия
98	05	03	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Навесная переправа. Порядок пристёжки-отстёжки.	спортивная площадка	анализ занятия
99	05	05	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Навесная переправа.	спортивная площадка	анализ занятия
100	05	06	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Навесная переправа.	спортивная площадка	анализ занятия
101	05	10	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Организация сопровождения на навесной переправе. Движение первого участника	спортивная площадка	анализ занятия
102	05	12	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Организация сопровождения на навесной переправе.	спортивная площадка	анализ занятия
103	05	13	Согласно расписанию	Практическая тренировка	2	Организация сопровождения на навесной переправе.	спортивная площадка	анализ занятия
104	05	17	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Преодоление этапа подъём-траверс-спуск (ПТС) с самостраховкой.	спортивная площадка	анализ занятия
105	05	19	Согласно расписанию	Учебно тренировочные занятия	2	Преодоление этапа подъём-траверс-спуск (ПТС) с самостраховкой.	спортивная площадка	анализ занятия
<b>Туристские походы. (6 часов)</b>								
106	05	20	Согласно	Практическая	2	Составление плана	кабинет	наблюдение

			расписанию	тренировка		подготовки похода. Разработка маршрута.		
107	<b>05</b>	<b>24</b>	Согласно расписанию	Практическая тренировка	<b>2</b>	Подготовка личного и группового снаряжения.	кабинет	наблюдение
108	<b>05</b>	<b>26</b>	Согласно расписанию	Практическое занятие, тестирование	<b>2</b>	Меры безопасности в походе.  <i>Итоговая аттестация.</i>	кабинет	Контрольно е занятие, тестировани е
<b>ИТОГО:</b>				<b>216</b>				

*Приложение к дополнительной  
общеобразовательной (общеразвивающей)  
программе «Туристская подготовка школьников»*

**Варианты контрольных тестов для проведения аттестации обучающихся**

**Контрольный тест**

1. В какую сторону горизонта обращены колокольни на православных церквях?

1. на север
- 2. на запад**
3. на восток

2. Куда указывает ребро между двумя наименьшими цифрами на квартальном столбе?

1. на восток
2. на юг
- 3. на север**

3. Если в местный полдень стать спиной к солнцу, то тень указывает....

- 1. на север**
2. юг
3. запад

4. Какой предмет из списка снаряжения не относится к групповому снаряжению?

- 1. Фонарь**
2. топор
3. компас.

5. Какую породу деревьев лучше использовать для костра:

1. Осину
- 2. Сосну**
3. Дуб

6. Критерием сушки обуви следует признать нагрев поверхности ботинок до:

1. 50-60 градусов
2. 30-35 градусов
- 3. 40-45 градусов**

7. Каким обязательным требованиям должно соответствовать предполагаемое место бивака?

1. Наличие дров, вдали от населённого пункта, наличие воды
- 2. Наличие дров, воды, безопасное место**
3. наличие дров, живописное место, расположено выше по течению реки от населённого пункта

8. Что нельзя делать при обморожении?

1. На обмороженные участки кожи наложить повязку
- 2. Растереть обмороженный участок тела**
3. Дать пострадавшему горячее питьё

9. Самое удобное движение группы в походе:

- 1. Цепочкой – в колонну по одному**
2. По парам
3. Идти как угодно

10. На месте Вашего лагеря (около палаток) много сухостойных деревьев. Что с ними стоит сделать:

- а) спилить все;
- б) оставить их в запас;



**в) переставить лагерь в другое место.**

11. Как безопаснее рубить сучья у лежащего дерева:

- а) стоять на той же стороне, что и ветки;
- б) стоять на другой стороне от веток;
- в) дерево между ног.

12. Если группа идет вдоль шоссе, то надо:

- а) идти всем вместе строем по одному;
- б) идти с большим интервалом между участниками, растянуться вдоль шоссе;
- в) идти плотной группой, взявшись за руки.

13. К какой группе узлов относится узел восьмёрка:

- 1. Узлы для крепления веревки к опоре
- 2. Проводники
- 3. Узлы, для связывания веревок разного диаметра

14. Какие описания не относятся к признакам устойчивого сохранения хорошей погоды:

1. В течение дня температура воздуха резко меняется: днем жарко, ночью прохладно.

2. Вечером и ночью в лесу заметно теплее, чем на открытом месте, а в низине заметно прохладнее.

3. В лесу и в поле, в низинах вечером одинаково тепло.

15. К какой группе карт относится карта масштаба 1:10000:

- 1. Мелкомасштабные
- 2. Среднемасштабные
- 3. Крупномасштабные

### **Контрольный тест**

#### Снаряжение.

#### **I. Что относится к личному снаряжению?**

- 1. Палатка.
- 2. Рюкзак.
- 3. Котелок.
- 4. Куртка.
- 5. Нож.

#### **II. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?**

- 1. Свитер.
- 2. Картографический материал.
- 3. Веревка.
- 4. Велосипед.
- 5. Топор.

#### **III. Что относится к специальному снаряжению?**

- 1. Лыжи.
- 2. Ботинки.
- 3. Коврик.
- 4. Бахилы.
- 5. Спальник групповой.

#### **IV. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?**

- 1. Кроссовки.
- 2. Свитер.
- 3. Носки шерстяные.
- 4. Белую рубашку.

5. Шапку.

**V. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?**

1. Кружки.
2. Куртки.
3. Котелок.
4. Лыжи.
5. Рукавицы.

**VI. Что относится к костровому снаряжению?**

1. Кружка.
2. Котелок.
3. Топор.
4. Тросик с крючками.
5. Половник.

**VII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лыж?**

1. Отвертку.
2. Лезвие.
3. Шило.
4. Шурупы.
5. Стамеску.

**VIII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лямок рюкзака?**

1. Напильник.
2. Толстую иглу.
3. Капроновые нитки.
4. Гвозди.
5. Пассатижи.

**IX. Какая деталь на рюкзаке необходима и обязательна в зимнем походе?**

1. Карман.
2. Тубус.
3. Пояс.
4. Шнуровка боковая.
5. Стяжки боковые.

**X. Что обязательно должно быть на штормовке у туриста лыжника?**

1. Капюшон с опушкой.
2. Большой нагрудный карман.
3. Тубусы на рукавах.
4. Резинка внизу.
5. Боковые карманы

**XIV. Какое «приспособление» желательно иметь в походе, чтобы было безопасно сидеть у костра, на снегу, на мокрой кочке?**

1. Стул.
2. меховые рукавицы.
3. Подстилку из меха.
4. Рюкзак.
5. Сидушку.

**XV. Что может надежно защитить лицо участника лыжного похода при сильном ветре?**

1. Маска.
2. Шарф.
3. Воротник свитера.
4. Рукавица.
5. Капюшон.

**XVI. Что надо одеть на ноги ночью, чтобы они не мерзли в спальнике?**

1. Мокрые валенки.
2. Чуни или меховые чулки.
3. Шерстяные носки.
4. Намотать портянки.
5. Ботинки.

**XVII. В чем должно лежать КЛМН, чтобы оно не терялось у костра и в рюкзаке?**

1. В полиэтиленовом мешке.
2. В тряпичном мешке.
3. Просто так.
4. В кармане рюкзака.

**XVIII. Какое общественное снаряжение необходимо, чтобы переночевать в сильный мороз в шатре?**

1. Топор.
2. Печка.
3. Ремнабор.
4. Тент.

### **Контрольный тест**

**I. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)?**

1. Сушка обуви.
2. Махание горячей веткой.
3. Борьба за место у костра.
4. Бег вокруг костра.
5. Чтение книги.

**II. Каков порядок установки палатки?**

1. Застегнуть вход палатки.
2. Вынуть палатку из чехла.
3. Натянуть и закрепить боковые оттяжки.
4. Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.
5. Растянуть и закрепить днище палатки.
6. Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.

**III. Каков порядок сборки палатки?**

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку.
2. Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька.
3. Уложить в чехол.
4. Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние.
5. Уложить на землю и свернуть.

**V. Что нельзя делать, когда валишь дерево?**

1. Проверять насадку топора.
2. Ничего.
3. Все можно делать.
4. Раскачивать подпиленное дерево.
5. Подрубать первый надпил.

**VI. Как надо обрубать сучки на поваленном дереве?**

1. Как хочешь.
2. От вершины к комелю.
3. Справа от середины ствола.
4. От комеля к вершине.
5. Слева от середины ствола.

**VII. Какой тип костра применяется для освещения?**

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Шалаш.
5. Любой.

**VIII. Какой тип костра лучше применять большой группе при плохой погоде?**

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Шалаш.
4. Таежный.
5. Любой

**IX. Какой тип костра лучше применять при аварийной ночевке в лесу?**

1. Шалаш.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Любой.
5. Нодья.

**X. Как правильно развести костер?**

1. Приготовить дрова от тонких до толстых.
2. Зажечь березовую кору.
3. Подготовить площадку для костра (окопать, обложить камнями).
4. Положить березовую кору на настил, сверху положить тонкие дрова (ветки), а еще выше – потолще.
5. Сделать настил из толстых веток.
6. Заготовить березовую кору.
7. По мере возгорания пламени подкладывать потолще ветки.

**XI. Зимой, после установки шатра с печкой, должен ли быть постоянный дежурный у горячей печи?**

1. Без разницы.
2. Да.
3. Нет.
4. Может быть временно (подкинуть дрова).

### **XII. Как надо сушить ботинки у костра?**

1. Поставил и ушел.
2. Поставил и попросил дежурного присмотреть.
3. Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.
4. Не знаю.
5. Держишь ботинки в руках.

### **XIII. Как надо сушить ботинки у печки в шатре?**

1. Поставить под печку.
2. Поставить возле печки и уйти.
3. Держать в руках.
4. Постоянно следить за ними.
5. Подвесить к крыше шатра или на кол.

### **XIV. Можно ли оставлять зажженную свечу без присмотра в шатре (палатке)?**

1. Можно.
2. Нельзя.
3. Можно, но иногда заглядывать в шатер.
4. Можно на пять минут.

### **XV. Что жизненно необходимо при ночном дежурстве у печи в шатре?**

1. Сухое горючее и растопка
2. Чай.
3. Дрова.
4. Фонарь.
5. Кружка.

### **XVI. Где должен располагаться центр тяжести рюкзака по отношению к центру тяжести тела человека?**

1. Выше.
2. Ниже
3. Справа.
4. Как можно ближе.
5. Слева.

### **V. После какой команды страхуемый начинает движение в опасной зоне?**

1. Можно идти.
2. Вперед.
3. Двигай.
4. Начинай движение.
5. Пошел.

## **Контрольный тест**

### Узлы.

#### **I. Какие узлы используются для вязки петель?**

1. Прямой.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Ткацкий.
5. Штык.

**II. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра?**

1. Прямой.
2. Двойной проводник.
3. Ткацкий.
4. Булинь.
5. Встречный.

**III. Какие узлы используются для связывания веревок разного диаметра?**

1. Академический.
2. Ткацкий.
3. Прямой.
4. Встречный.
5. Брамшкотовый.

**IV. Какие узлы не требуют завязывания на концах веревки контрольных узлов?**

1. Восьмерка.
2. Встречный.
3. Ткацкий.
4. Прямой.
5. Проводник.

**V. Какой из узлов предназначен для связывания веревок одного диаметра, подвержен саморазвязыванию и сильно затягивается?**

1. Встречный.
2. Проводник.
3. Булинь.
4. Прямой.
5. Схватывающий.

**VI. Какой узел применяется для самостраховки на наклонных перилах?**

1. Двойной проводник.
2. Двойной схватывающий.
3. Прямой.
4. Стремя.
5. Удавка.

**VII. Какой узел применяется для перевязки перетертых веревок и для вязки петли на середине веревки?**

1. Австрийский проводник.
2. Серединный проводник.
3. Бабочка.
4. Пчелка.
5. Прямой.

**VIII. Какой узел применяется для самостраховки при движении по наклонным перилам, когда веревка мокрая или обледенела?**

1. Удавка.
2. Штык.
3. Стремя.
4. Узел Бахмана.
5. Схватывающий.

**IX. Каким узлом блокируется страховочная система, состоящая из грудной и беседочной обвязок?**

1. Проводник.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Стремя.
5. Встречный.

**Контрольный тест**

Топографические знаки.

**I. К какой группе топографических знаков относятся:**

- |                   |              |
|-------------------|--------------|
| 1. Масштабные.    | а) Лес.      |
| 2. Линейные.      | б) Пресека.  |
| 3. Внемасштабные. | в) Луг.      |
|                   | г) Мост.     |
|                   | д) Памятник. |

**II. К какой группе топографических знаков относится изображение рек, дорог, каналов и троп?**

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

**III. К какой группе топографических знаков относится изображение леса, поля и озера?**

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

**IV. К какой группе топографических знаков относится изображение башен, ветряных мельниц, бензоколонок?**

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

**V. К какой группе топографических знаков относятся названия городов, рек, озер?**

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

**Контрольный тест**  
Карта и масштаб.

**I. Допишите недостающие слова.**

Географическая карта - это уменьшенное обобщенное изображение земной \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_, построенное в определенной \_\_\_\_\_.

**II. К каким картам по содержанию относятся топографические карты?**

1. Общегеографические.
2. Специальные (тематические).

**III. Допишите недостающие слова.**

Топографические карты – это \_\_\_\_\_ карты масштаба \_\_\_\_\_ и крупнее, подробно изображающие \_\_\_\_\_.

**IV. Допишите недостающие слова.**

Масштаб карты – это степень уменьшения \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_ относительно соответствующих им \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_.

**V. Допишите недостающие слова.**

Численный масштаб – это масштаб карты, выраженный дробью \_\_\_\_\_, которой - \_\_\_\_\_, а \_\_\_\_\_ – число показывающее, во сколько раз \_\_\_\_\_ на карте \_\_\_\_\_ местности.

**VI. Какой масштаб самый крупный?**

1. 1:200000
2. 1:50000
3. 1:25000
4. 1:5000
5. 1:10000

**VII. Допишите недостающие слова.**

Линейный масштаб – это \_\_\_\_\_ изображение \_\_\_\_\_ масштаба, представляет собой \_\_\_\_\_, на которой деления соответствуют определенным \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_.

**VIII. Какой масштаб самый мелкий?**

1. 1:2000000
2. 1:1000000
3. 1:25000
4. 1:500000
5. 1:50000

**Контрольный тест**  
Ориентирование без компаса.

**I. Допишите недостающие слова.**

1. Направить стрелку \_\_\_\_\_
2. На \_\_\_\_\_, в точку золотую.
3. Меж стрелкою и цифрой \_\_\_\_\_
4. Есть \_\_\_\_\_ – важен он для нас
5. Делите \_\_\_\_\_ пополам



6. И сразу \_\_\_\_\_ найдете там.

**II. С какой стороны располагаются муравейники по отношению к деревьям?**

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

**III. С какой стороны на хвойных деревьях большое количество смоляных подтеков?**

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

**IV. С какой стороны покрыты лишайником (мхом) деревья и камни?**

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

**V. С какой стороны кора на березе белая и чистая?**

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

**VI. С какой стороны у одиноко стоящего дерева гуще крона?**

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

**VII. На каких склонах горы быстрее тает снег?**

1. Северных.
2. Западных.
3. Южных.
4. Восточных.

**VIII. Какое ребро на квартальном столбике между двумя соседними гранями указывает направление на север?**

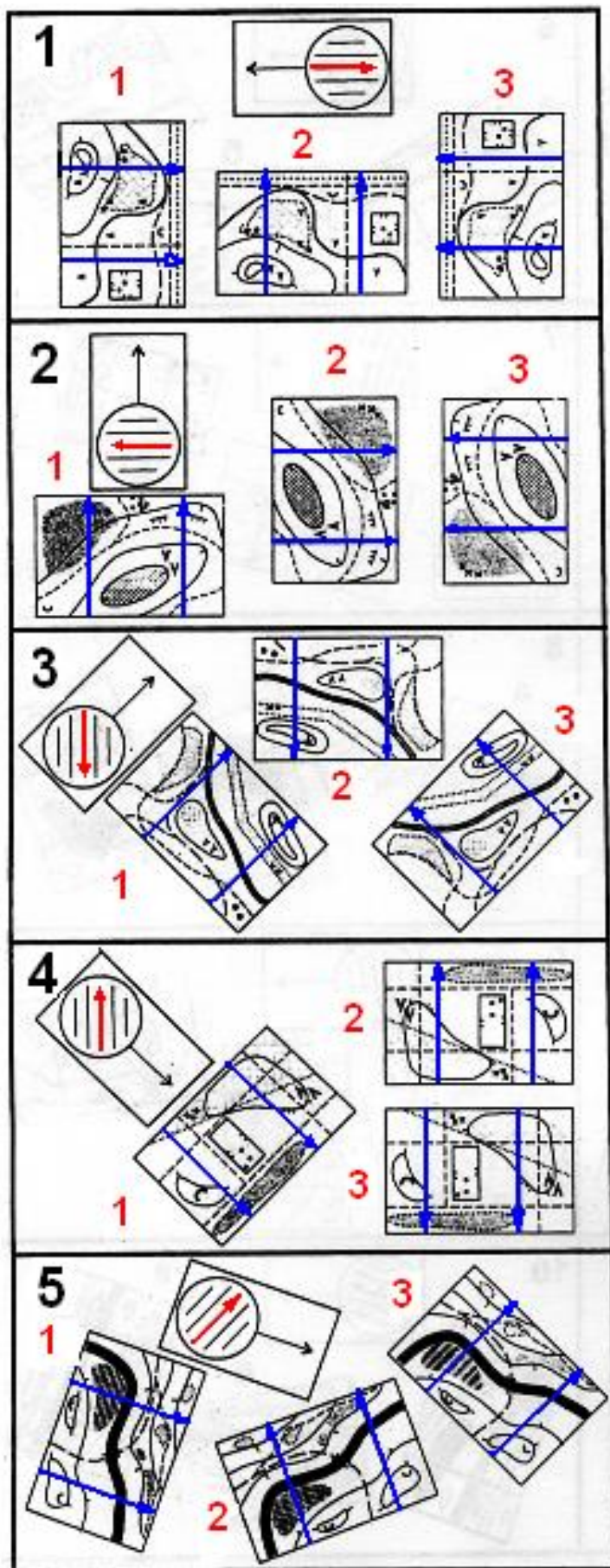
1. С наибольшими числами.
2. С любыми.
3. С наибольшим и наименьшим числом.
4. С наименьшими числами.

**IX. На каких склонах оврага быстрее тает снег?**

1. Северных.

- 2. Западных.
- 3. Южных.
- Восточных.

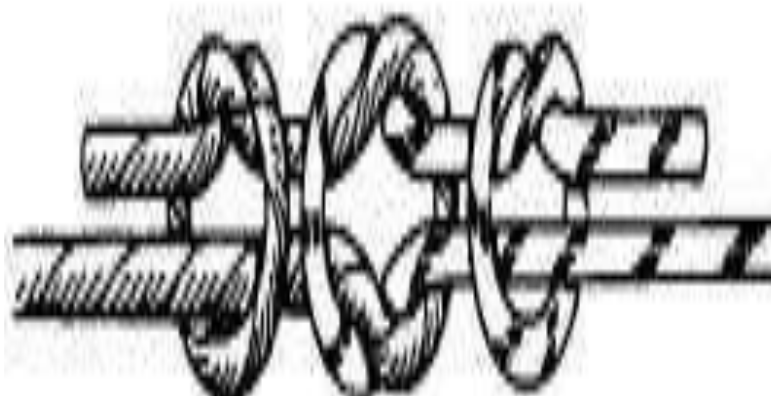
**Контрольный тест**  
Какая карта сориентирована по компасу



## Контрольный тест

### Узлы

Определить узел и завязать



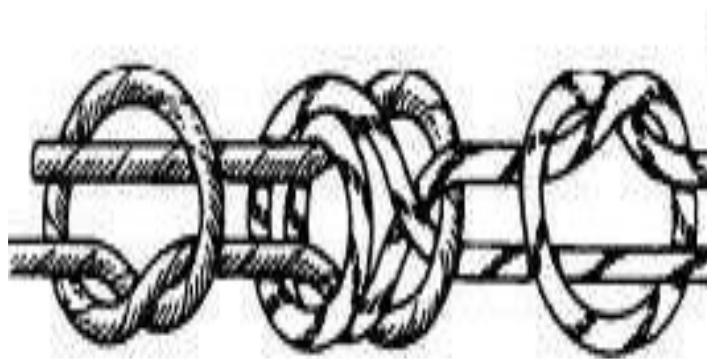
---

Определить узел и завязать



---

Определить узел и завязать



---

Определить узел и завязать

